

Menú Comedor Infantil y Primaria

MAYO 2022



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

"MES DE LA ENSALADA"

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
FESTIVO	Macarrones al horno Merluza a la romana con ensalada Yogurt Pan blanco	Crema de calabacín Pollo guisado Manzana Pan chapata	Lentejas castellana Tortilla de patatas con pimientos Naranja Pan integral	Ensalada de garbanzos Costillas asadas Plátano Pan blanco
Espirales a la italiana Gallo con ensalada Yogurt Pan blanco	Guisantes con jamón Salchichas con ensalada alemana Manzana Pan picos	Puré 7 verduras Pollo al limón Fresas Pan chapata	Ensalada campera Salmón en salsa de eneldo Plátano Pan blanco	Sopa de cocido Cocido madrileño completo Helado con barquillo Pan integral
FESTIVO	Coditos carbonara Bacalao con ensalada de la huerta Yogurt Pan blanco	Ensalada César Tortilla con tomate aliñado Manzana Pan chapata	Crema de calabaza Filetes rusos en salsa Piña Pan integral	Arroz con tomate Cordón bleu de pavo Plátano Pan blanco
Ensalada de pasta Merluza en salsa verde Manzana Pan blanco	Ensaladilla rusa Lomo adobado con ensalada murciana Yogurt Pan chapata	Crema de zanahoria Sepia con ensalada Melocotón en almíbar Pan picos	Gazpacho Albóndigas a la jardinera Helado Pan integral	Ensalada mixta Alitas de pollo asadas Plátano Pan sin gluten
Judías verdes salteadas Rosada con ensalada caprese Yogurt Pan blanco	Crema de espinacas Revuelto de jamón Manzana Pan integral			

Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es
 Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar
 Jornada gastronómica: Día de Madrid 27 de mayo día sin gluten en el cole
 Hábito: "No corro por el comedor"

Menú Comedor Secundaria

MAYO 2022



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

"MES DE LA ENSALADA"

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
FESTIVO	Macarrones al horno Merluza a la romana con ensalada Yogurt Pan blanco	Crema de calabacín Pollo guisado Manzana Pan chapata	Lentejas castellana Tortilla de patatas con pimientos Naranja Pan integral	Ensalada de garbanzos Costillas asadas con cous cous Plátano Pan blanco
Espirales gratinadas Gallo con ensalada Yogurt Pan blanco	Guisantes con jamón Salchichas con ensalada alemana Manzana Pan picos	Puré 7 verduras Pollo al limón Fresas Pan chapata	Ensalada campera Salmón en salsa de eneldo Plátano Pan blanco	Sopa de cocido Cocido madrileño completo Helado con barquillo Pan integral
FESTIVO	Coditos carbonara Bacalao con ensalada de la huerta Yogurt Pan blanco	Ensalada César Tortilla con tomate aliñado Manzana Pan chapata	Crema de calabaza Filetes rusos en salsa Horchata con bizcocho Pan integral	Arroz con tomate Cordón bleu de pavo Plátano Pan blanco
Ensalada de pasta Merluza a la bilbaína Manzana Pan blanco	Ensaladilla rusa Lomo adobado con ensalada murciana Yogurt Pan chapata	Crema de zanahoria Delicias de mar con ensalada Melocotón en almíbar Pan picos	Gazpacho Albóndigas a la jardinera Helado Pan integral	Ensalada mixta Alitas de pollo a la barbacoa Plátano Pan sin gluten
Judías verdes salteadas Rosada con ensalada caprese Yogurt Pan blanco	Crema de espinacas Revuelto de jamón Manzana Pan integral			

Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es
 Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar
 Jornada gastronómica: Día de Madrid 27 de mayo día sin gluten en el cole
 Hábito: "No corro por el comedor"

Menú Comedor Celiaco

MAYO 2022



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

Intolerancia al gluten

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

FESTIVO	Macarrones al horno Merluza a la romana con ensalada Yogurt Pan blanco	Crema de calabacín Pollo guisado Manzana Pan blanco	Lentejas castellana Tortilla de patatas con pimientos Naranja Pan blanco	Ensalada de garbanzos Costillas asadas Plátano Pan blanco
Espirales a la italiana Gallo con ensalada Yogurt Pan blanco	Guisantes con jamón Salchichas con ensalada alemana Manzana Pan blanco	Puré 7 verduras Pollo al limón Fresas Pan blanco	Ensalada campera Salmón en salsa de eneldo Plátano Pan blanco	Sopa de cocido Cocido madrileño completo Helado con galleta Pan blanco
FESTIVO	Pasta carbonara Bacalao con ensalada de la huerta Yogurt Pan blanco	Ensalada César Tortilla con tomate aliñado Manzana Pan blanco	Crema de calabaza Filetes rusos en salsa Piña Pan blanco	Arroz con tomate Delicias de jamón y queso Plátano Pan blanco
Ensalada de pasta Merluza en salsa verde Manzana Pan blanco	Ensaladilla rusa Lomo adobado con ensalada murciana Yogurt Pan blanco	Crema de zanahoria Calamares con ensalada Melocotón en almíbar Pan blanco	Gazpacho Albóndigas a la jardinera Helado Pan blanco	Ensalada mixta Alitas de pollo asadas Plátano Pan blanco
Judías verdes salteadas Bacalao con ensalada caprese Yogurt Pan blanco	Crema de espinacas Revuelto de jamón Manzana Pan blanco			

Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.csmb.es

Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar

Jornada gastronómica: Día de Madrid 27 de mayo día sin gluten en el cole

Hábito: "No corro por el comedor"

Menú Comedor Huevo

MAYO 2022



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

Intolerancia al huevo

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

FESTIVO	Macarrones al horno Merluza a la romana con ensalada Yogurt Pan blanco	Crema de calabacín Pollo guisado Manzana Pan chapata	Lentejas castellana Filete con pimientos Naranja Pan integral	Ensalada de garbanzos Costillas asadas Plátano Pan blanco
Espirales a la italiana Gallo con ensalada Yogurt Pan blanco	Guisantes con jamón Salchichas con ensalada alemana Manzana Pan picos	Puré 7 verduras Pollo al limón Fresas Pan chapata	Ensalada campera Salmón en salsa de eneldo Plátano Pan blanco	Sopa de cocido Cocido madrileño completo Helado con barquillo Pan integral
FESTIVO	Coditos carbonara Bacalao con ensalada de la huerta Yogurt Pan blanco	Ensalada de pollo Salchichas con tomate aliñado Manzana Pan chapata	Crema de calabaza Filetes rusos en salsa Piña Pan integral	Arroz con tomate Cordon bleu de pavo Plátano Pan blanco
Ensalada de pasta Merluza en salsa verde Manzana Pan blanco	Ensaladilla rusa sin mayonesa Lomo adobado con ensalada murciana Yogurt Pan chapata	Crema de zanahoria Sepia con ensalada Melocotón en almíbar Pan picos	Gazpacho Albóndigas a la jardinera Helado Pan integral	Ensalada mixta Alitas de pollo asadas Plátano Pan sin gluten
Judías verdes salteadas Rosada con ensalada caprese Yogurt Pan blanco	Crema de espinacas Pollo salteado Manzana Pan integral			

Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es

Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar

Jornada gastronómica: Día de Madrid 27 de mayo día sin gluten en el cole

Hábito: "No corro por el comedor"

Menú Comedor Leche

MAYO 2022



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

Intolerancia a la lactosa

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

FESTIVO	Macarrones al horno Merluza a la romana con ensalada Yogurt de soja Pan blanco	Crema de calabacín Pollo guisado Manzana Pan chapata	Lentejas castellana Tortilla de patatas con pimientos Naranja Pan integral	Ensalada de garbanzos Costillas asadas Plátano Pan blanco
Espirales a la italiana Gallo con ensalada Yogurt de soja Pan blanco	Guisantes con jamón Salchichas con ensalada alemana Manzana Pan picos	Puré 7 verduras Pollo al limón Fresas Pan chapata	Ensalada campera Salmón en salsa de eneldo Plátano Pan blanco	Sopa de cocido Cocido madrileño completo Yogurt de soja con chocolate Pan integral
FESTIVO	Coditos con tomate Bacalao con ensalada de la huerta Yogurt de soja Pan blanco	Ensalada César Tortilla con tomate aliñado Manzana Pan chapata	Crema de calabaza Filetes rusos en salsa Piña Pan integral	Arroz con tomate Cordón bleu de pavo Plátano Pan blanco
Ensalada de pasta Merluza en salsa verde Manzana Pan blanco	Ensaladilla rusa Lomo adobado con ensalada murciana Yogurt de soja Pan chapata	Crema de zanahoria Sepia con ensalada Melocotón en almíbar Pan picos	Gazpacho Albóndigas a la jardinera Yogurt de soja con chocolate Pan integral	Ensalada mixta Alitas de pollo asadas Plátano Pan sin gluten
Judías verdes salteadas Rosada con ensalada Yogurt de soja Pan blanco	Crema de espinacas Revuelto de jamón Manzana Pan integral			

Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.csmb.es

Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar

Jornada gastronómica: Día de Madrid 27 de mayo día sin gluten en el cole

Hábito: "No corro por el comedor"

Menú Comedor Leche y Huevo

MAYO 2022



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

Intolerancia a la lactosa y al huevo

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

FESTIVO	Macarrones al horno Merluza a la romana con ensalada Yogurt de soja Pan blanco	Crema de calabacín Pollo guisado Manzana Pan chapata	Lentejas castellana Filete con pimientos Naranja Pan integral	Ensalada de garbanzos Costillas asadas Plátano Pan blanco
Espirales a la italiana Gallo con ensalada Yogurt de soja Pan blanco	Guisantes con jamón Salchichas con ensalada alemana Manzana Pan picos	Puré 7 verduras Pollo al limón Fresas Pan chapata	Ensalada campera Salmón en salsa de eneldo Plátano Pan blanco	Sopa de cocido Cocido madrileño completo Yogurt de soja con chocolate Pan integral
FESTIVO	Coditos con tomate Bacalao con ensalada de la huerta Yogurt de soja Pan blanco	Ensalada de pollo Salchichas con tomate aliñado Manzana Pan chapata	Crema de calabaza Filetes rusos en salsa Piña Pan integral	Arroz con tomate Delicias de pollo Plátano Pan blanco
Ensalada de pasta Merluza en salsa verde Manzana Pan blanco	Ensaladilla rusa sin mayonesa Lomo adobado con ensalada murciana Yogurt de soja Pan chapata	Crema de zanahoria Sepia con ensalada Melocotón en almíbar Pan picos	Gazpacho Albóndigas a la jardinera Yogurt de soja con chocolate Pan integral	Ensalada mixta Alitas de pollo asadas Plátano Pan sin gluten
Judías verdes salteadas Rosada con ensalada Yogurt de soja Pan blanco	Crema de espinacas Pollo salteado Manzana Pan integral			

Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es

Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar

Jornada gastronómica: Día de Madrid 27 de mayo día sin gluten en el cole

Hábito: "No corro por el comedor"

Menú Comedor Legumbres

MAYO 2022



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

Intolerancia a las legumbres

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

FESTIVO	Macarrones al horno Merluza a la romana con ensalada Yogurt Pan blanco	Crema de calabacín Pollo guisado Manzana Pan chapata	Arroz salteado Tortilla de patatas con pimientos Naranja Pan integral	Ensalada variada Costillas asadas Plátano Pan blanco
Espirales a la italiana Gallo con ensalada Yogurt Pan blanco	Arroz con verduras Salchichas con ensalada alemana Manzana Pan picos	Puré 7 verduras Pollo al limón Fresas Pan chapata	Ensalada campera Salmón en salsa de eneldo Plátano Pan blanco	Sopa de fideo Pollo guisado con verdura Helado con barquillo Pan integral
FESTIVO	Coditos carbonara Bacalao con ensalada de la huerta Yogurt Pan blanco	Ensalada de pollo Tortilla con tomate aliñado Manzana Pan chapata	Crema de calabaza Filetes rusos en salsa Piña Pan integral	Arroz con tomate Cordon bleu de pavo Plátano Pan blanco
Brócoli salteado Merluza en salsa verde Manzana Pan blanco	Ensaladilla rusa sin guisantes y judías Lomo adobado con ensalada murciana Yogurt Pan chapata	Crema de zanahoria Sepia con ensalada Melocotón en almíbar Pan picos	Gazpacho Albóndigas a la jardinera Helado Pan integral	Ensalada mixta Alitas de pollo asadas Plátano Pan sin gluten
Judías verdes salteadas Rosada con ensalada caprese Yogurt Pan blanco	Crema de espinacas Revuelto de jamón Manzana Pan integral			

Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es

Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar

Jornada gastronómica: Día de Madrid 27 de mayo día sin gluten en el cole

Hábito: "No corro por el comedor"

Menú Comedor Huevo y Legumbres

MAYO 2022



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

Intolerancia al huevo y a las legumbres

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
FESTIVO	Macarrones al horno Merluza a la romana con ensalada Yogurt Pan blanco	Crema de calabacín Pollo guisado Manzana Pan chapata	Arroz salteado Tortilla de patatas con pimientos Naranja Pan integral	Ensalada variada Costillas asadas Plátano Pan blanco
Espirales a la italiana Gallo con ensalada Yogurt Pan blanco	Arroz con verduras Salchichas con ensalada alemana Manzana Pan picos	Puré 7 verduras Pollo al limón Fresas Pan chapata	Ensalada campera Salmón en salsa de eneldo Plátano Pan blanco	Sopa de fideo Pollo guisado con verdura Helado con barquillo Pan integral
FESTIVO	Coditos carbonara Bacalao con ensalada de la huerta Yogurt Pan blanco	Ensalada de pollo Salchichas con tomate aliñado Manzana Pan chapata	Crema de calabaza Filetes rusos en salsa Piña Pan integral	Arroz con tomate Cordon bleu de pavo Plátano Pan blanco
Ensalada de pasta Merluza en salsa verde Manzana Pan blanco	Ensaladilla rusa sin mayonesa, guisantes y judías Lomo adobado con ensalada murciana Yogurt Pan chapata	Crema de zanahoria Sepia con ensalada Melocotón en almíbar Pan picos	Gazpacho Albóndigas a la jardinera Helado Pan integral	Ensalada mixta Alitas de pollo asadas Plátano Pan sin gluten
Brócoli salteado Rosada con ensalada caprese Yogurt Pan blanco	Crema de espinacas Pollo salteado Manzana Pan integral			

Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es

Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar

Jornada gastronómica: Día de Madrid 27 de mayo día sin gluten en el cole

Hábito: "No corro por el comedor"

Menú Comedor Pescado

MAYO 2022



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

Intolerancia al pescado

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

FESTIVO	Macarrones al horno Filetes con ensalada verde Yogurt Pan blanco	Crema de calabacín Pollo guisado Manzana Pan chapata	Lentejas castellana Tortilla de patatas con pimientos Naranja Pan integral	Ensalada de garbanzos Costillas asadas Plátano Pan blanco
Espirales a la italiana Pollo con ensalada de maíz Yogurt Pan blanco	Guisantes con jamón Salchichas con ensalada alemana Manzana Pan picos	Puré 7 verduras Pollo al limón Fresas Pan chapata	Ensalada campera Tortilla francesa Plátano Pan blanco	Sopa de cocido Cocido madrileño completo Helado con barquillo Pan integral
FESTIVO	Coditos carbonara pollo con ensalada de la huerta Yogurt Pan blanco	Ensalada César Tortilla con tomate aliñado Manzana Pan chapata	Crema de calabaza Filetes rusos en salsa Piña Pan integral	Arroz con tomate Cordon bleu de pavo Plátano Pan blanco
Ensalada de pasta Pollo salteado Manzana Pan blanco	Ensaladilla rusa Lomo adobado con ensalada murciana Yogurt Pan chapata	Crema de zanahoria Salchichas con ensalada Melocotón en almíbar Pan picos	Gazpacho Albóndigas a la jardinera Helado Pan integral	Ensalada mixta Alitas de pollo asadas Plátano Pan sin gluten
Judías verdes salteadas Filete con ensalada caprese Yogurt Pan blanco	Crema de espinacas Revuelto de jamón Manzana Pan integral			

Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es

Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar

Jornada gastronómica: Día de Madrid 27 de mayo día sin gluten en el cole

Hábito: "No corro por el comedor"

Menú Escuelita 1 año

Mayo 2022



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

FESTIVO	Puré de verdura Pollo Yogurt y pan	Puré de verdura Merluza Yogurt y pan	Puré de verdura Ternera Yogurt y pan	Puré de verdura Pavo Yogurt y pan
Puré de verdura Pollo Yogurt y pan	Puré de verdura Pavo Yogurt y pan	Puré de verdura Merluza Yogurt y pan	Puré de verdura Ternera Yogurt y pan	Puré de verdura Pavo Yogurt y pan
FESTIVO	Puré de verdura Pavo Yogurt y pan	Puré de verdura Ternera Yogurt y pan	Puré de verdura Merluza Yogurt y pan	Puré de verdura Pollo Yogurt y pan
Puré de verdura Pollo Yogurt y pan	Puré de verdura Pavo Yogurt y pan	Puré de verdura Ternera Yogurt y pan	Puré de verdura Merluza Yogurt y pan	Puré de verdura Pavo Yogurt y pan
Puré de verdura Pollo Yogurt y pan	Puré de verdura Merluza Yogurt y pan			

Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es

Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar

Jornada gastronómica: Día de Madrid 27 de mayo día sin gluten en el cole

Hábito: "No corro por el comedor"

Menú Escuelita 2 años

Mayo 2022



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

FESTIVO	Macarrones al horno Merluza a la romana con ensalada Yogurt Pan blanco	Crema de calabacín Pollo guisado Manzana Pan chapata	Lentejas castellana Tortilla de patatas Naranja Pan integral	Ensalada de garbanzos Magro con tomate Plátano Pan blanco
Espirales a la italiana Gallo con ensalada Yogurt Pan blanco	Guisantes con jamón salchichas Manzana Pan picos	Puré 7 verduras Pollo al limón Fresas Pan chapata	Ensalada campera Salmón en salsa de eneldo Plátano Pan blanco	Sopa de cocido Cocido madrileño completo Helado con barquillo Pan integral
FESTIVO	Coditos carbonara Bacalao con ensalada de la huerta Yogurt Pan blanco	Crema de verduras Tortilla con tomate aliñado Manzana Pan chapata	Crema de calabaza Filetes rusos en salsa Piña Pan integral	Arroz con tomate Cordón bleu de pavo Plátano Pan blanco
Ensalada de pasta Merluza en salsa verde Manzana Pan blanco	Ensaladilla rusa Lomo adobado Yogurt Pan chapata	Crema de zanahoria Pescado con ensalada Melocotón en almíbar Pan picos	Crema de verduras Albóndigas a la jardinera Helado Pan integral	Arroz salteado Pollo salteado Plátano Pan sin gluten
Judías verdes salteadas Rosada con ensalada caprese Yogurt Pan blanco	Crema de brócoli Tortilla Manzana Pan integral			

Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es

Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar

Jornada gastronómica: Día de Madrid 27 de mayo día sin gluten en el cole

Hábito: "No corro por el comedor"

MAYO 2022

Menú recomendación cena



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

FESTIVO

Brócoli salteado
Ragout de pavo
Fruta

Arroz con gambas
Bacalao al horno con patatas al vapor
Yogurt

Espaguetis con queso
Ternera asada
Macedonia de frutas

Crema de zanahoria
Revuelto de champiñones
Flan

Coliflor con bechamel
Conejo al ajillo
Fruta

Sopa de estrellas
Merluza en salsa marinera
Yogurt

Arroz con tomate
Filete a la plancha
Cuajada con miel

Crema de calabacín
Jamoncitos de pollo asados
Brocheta de frutas

Ensalada mixta
Dorada a la plancha
Fruta

FESTIVO

Menestra de verduras
Alitas de pollo a la barbacoa
Fruta

Sopa de ave con fideos
Salmón al horno
Yogurt

Espirales al pesto
Tortilla francesa
Macedonia de frutas

Crema de calabaza
Sardinas a la plancha
Natillas

Arroz 3 delicias
Filete Sajonia
Yogurt

Judías verdes con bacon
Lubina al horno
Fruta

Salmorejo
Tortilla de patatas
Macedonia de fruta

Sopa de verduras
Gallo con ensalada
Fruta

Macarrones al horno
Ragout de ternera
Queso con membrillo

Crema de guisantes
Costillas asadas
Fruta

Gazpacho
Lenguado con ensalada
Yogurt